Le baume du Tigre

Le *baume du tigre* ou *baume essentiel* ou *baume chinois* est réellement né en 1926 à Singapour sur la base d'une formule chinoise utilisée contre les douleurs.
Cette formule avait été mise au point par un herboriste du nom de Aw Chu Kin qui vivait à Rangoon (Myanmar ex: Birmanie).C'est un de ses deux fils qui mit au point la formule définitive. Celle-ci a été commercialisé à partir de cette date par la société Aw Boon Haw (le nom du fils) sous la marque baume du tigre (tiger balm) blanc et rouge.
Du camphre et de la menthe essentiellement

Le véritable baume du tigre est en fait un mélange de :

- camphre (entre 17 et 25 %),
- menthol (de 8 à 12 %),
- essence de cajeput (entre 6 et 8 %),
- huile de menthe (entre 8 et 10 %),
- essence de clou de girofle (entre 1 et 2 %) et
- essence de cassis pour le baume rouge (entre 1 et 2 %) et essence d'eucalyptus pour le baume blanc.

Comment le choisir ?

Les présentations : le baume existe en pots de verre (environ 20 g), en boîte en fer (10 et 20 g net), en huile (25 et 60 ml) et en stick (20 g). Il n'y a aucune différence de produit entre ces différentes présentations.
Tout est ici question de confort d'utilisation.

Les origines : il vaut mieux privilégier l'origine asiatique du produit, la Thaïlande fabrique le Baume du Tigre sous l'autorité de Haw Par de Singapour, il existe des copies sur certains comme eBay, Amazon et sont des copies de mauvaise qualité d'Inde. Vous pouvez trouvez tous les produits originaux Tiger Balm sur https://pharmasie.fr

Quelles sont les différences entre le Baume du Tigre Rouge ou le Baume du Tigre Blanc ?

Le blanc sera plus utilisé pour les congestions nasales, sinusite, rhinite, torticolis, maux de têtes, toux, rhumes.
Le rouge sera plutôt conseillé pour les inflammations, douleurs musculaires et ostéo articulaires ainsi que pour le mal de dos et les faiblesses lombaires.

Comment l'employer ?

Le baume du tigre s'emploie uniquement en traitement externe.
Il est très efficace pour traiter :

- Les douleurs musculaires, suite à une pratique de sport, chute etc...
- Le mal de dos, cou, nuque, épaules.
- L'arthrite et l'arthrose (il aide par son action à faire circuler le sang et l'énergie).
- Les inflammations des tendons et des articulations.
- Les maux de têtes : en application sur les tempes ou sur le front.
- Mal de ventre (Règles douloureuses): en application sur le ventre.
- Il est également reconnu pour certains troubles ORL tels que la sinusite ou rhinite, ou la toux en application en friction sur la poitrine ou en inhalation.
- Utilisé comme répulsif à insectes, son odeur repousse beaucoup d'insectes.

L'emploi du baume est déconseillé aux femmes enceintes et aux enfants de moins de 2 ans.
Ne pas l'appliquer sur les muqueuses et les yeux, se laver les mains après application et garder le baume hors de portée des enfants.

Le baume du tigre blanc s'applique sur le thorax ou dans le dos et on peut également s'en imprégner délicatement sous le nez (sans toucher les lèvres). Appliqué sur les piqûres d'insectes, il les calme immédiatement.

Le baume du tigre rouge s'applique plus largement sur les muscles endoloris ou les zones douloureuses ainsi que sur les articulations. Il est particulièrement efficace pour améliorer les douleurs d'épaules (tendinopathies, tennis elbow et capsulite).

Est-il interdit ?

Le baume n'est pas interdit à la vente en France. Les différents tests d'innocuité qui ont été réalisés

concluent que moins de 0,5 % des cas testés ont déclenché une réaction cutanée.

Il est cependant sous la surveillance étroite des autorités sanitaires pour la raison qu'il contient du camphre et qu'il est dangereux d'en avaler. Hormis cet emploi pratiquement impossible, le baume du tigre n'est absolument pas dangereux.

Le vrai secret du baume

L'efficacité du baume dépend largement de la façon de l'appliquer. N'essayez pas de faire pénétrer le baume ni de masser la zone souhaitée comme avec une huile ou une pommade habituelle, il suffit de frictionner le baume afin de le réchauffer avant son application.

Prendre une noisette de baume et frictionner rapidement.
Lorsque vous sentez la chaleur c'est le moment d'arrêter,le baume fera le reste.

Bien se laver longuement les mains car le baume est persistant.
Faites attention à ne pas toucher vos muqueuses car cela provoquera des sensations de brûlure.
Il peut être dangereux d'en appliquer sur les yeux.

Attention : Les conseils de cet article ne dispensent pas d'une consultation médicale en cas de persistance des symptômes.

